



Narcotics Anonymous®

Anonyma Narkomaner

*Anonyma
Narkomaner: **En**
resurs i
samhället*

2018–2020-års version

En resurs i samhället

Copyright © 1998 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Alla rättigheter förbehållna

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Tel. (818) 773-9999
Fax (818) 700-0700
Website: www.na.org

World Service Office—CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE
Brussels, Belgium
Tel. +32/2/646-6012

World Service Office—IRAN
Tehran, Iran
www.na-iran.org

Narcotics Anonymous (NA), i Sverige Anonyma Narkomaner, är en icke vinstdrivande internationell gräsrotsorganisation för tillfrisknande beroende som finns i fler än 143 länder. NA-medlemmar lär sig av varandra hur man lever drogfritt och tillfrisknar från drogeroendets effekter i sina liv.

Om du överväger att rekommendera Anonyma Narkomaner till någon som har drogproblem, kanske du har en del frågor om vår organisation. Den här broschyren är utformad för att besvara de frågorna.



Detta är en översättning av en publikation
godkänd av NA-konference.

Narcotics Anonymous    och The NA Way

är inregistrerade varumärken i

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 9781557763341 Swedish 1/21

WSO Catalog Item No. SW1604

Vilka är medlemmar i NA?

Vem som helst som vill sluta använda droger kan bli medlem av Anonyma Narkomaner. Medlemskap är inte begränsat till beroende som använder någon särskild drog. De som tror att de kanske har problem med droger, lagliga eller olagliga, inklusive alkohol, är välkomna i NA. Tillfrisknandet i NA inriktar sig på beroendeproblemet, inte på någon särskild drog.

Anonymitet

Den grundläggande utgångspunkten i anonymitet gör det möjligt för en beroende att närvara på möten utan rädsla för juridiska eller sociala följder. Detta är ett viktigt övervägande för en beroende som tänker gå på ett möte för första gången. Anonymiteten ger även en atmosfär av jämlikhet på möten. Den bidrar till att försäkra att ingen individs personlighet eller bakgrund bedöms som viktigare än budskapet om tillfrisknande inom NA.

NA-möten

NA:s grundläggande inställning till tillfrisknandet ligger i övertygelsen om det terapeutiska värdet av att en beroende hjälper en annan. Medlemmarna deltar på NA-möten genom att tala om sina erfarenheter av, och sitt tillfrisknande från, drogberoendet. NA-möten är informellt strukturerade, hålls i lokaler som hyrs av gruppen och leds av medlemmar som turas om att öppna och stänga mötet. NA-möten och annan service bekostas helt av medlemmarnas egna bidrag och försäljning av tillfrisknandelitteratur. Ekonomiska bidrag från icke-medlemmar tas inte emot.

De flesta NA-möten hålls regelbundet på samma tid och plats varje vecka, vanligtvis i en offentlig lokal. Det finns två grundläggande sorters möten: de som är öppna för allmänheten och de som är stängda för allmänheten (endast för beroende). Mötena har mycket varierande format. En del varianter är: fri delning, talarmöten, frågor och svar eller

temadiskussioner. Andra möten kombinerar dessa format. Varje mötes funktion är alltid densamma: att tillhandahålla en lämplig och pålitlig miljö för personligt tillfrisknande.

Hur fungerar NA?

Grunden i NA är att beroende hjälper varandra att tillfriskna. Medlemmar träffas regelbundet på NA-möten för att tala om sina erfarenheter och tillfrisknandet från beroendesjukdomen. Mer erfarna medlemmar (sk *sponsorer*) arbetar individuellt med nyare medlemmar.

Kärnan i NA:s program är de tolv stegen. Dessa ”steg” är en uppsättning av praktiska riktlinjer som beskriver ett sätt att i praktiken närma sig tillfrisknandet. Genom att följa dessa riktlinjer och nära samarbeta med andra medlemmar, lär sig beroende att sluta använda droger och möta vardagslivets utmaningar.

Anonyma Narkomaner är inte en religiös organisation och förespråkar inte något särskilt trossystem. NA lär ut grundläggande andliga principer såsom ärlighet, öppet sinne, tillit, villighet och ödmjukhet, som kan tillämpas i vardagslivet. Den specifika praktiska tillämpningen av andliga principer bestäms av varje individ. Tillfrisknande i NA är inte en mirakelkur som sker inom en given tid. Det är en process som är fortlöpande och personlig. Medlemmar fattar ett individuellt beslut om att gå med i NA och tillfrisknar i sin egen takt.

Tillväxttakt

Eftersom inga närvarolistor förs är det svårt att bedöma hur stor andel av dem som kommer till Anonyma Narkomaner så småningom uppnår långsiktig avhållsamhet. Det enda säkra tecknet på vår framgång är den snabba tillväxten av antalet NA-grupper under senare år och den snabba spridningen av NA utanför Nordamerika.

1978 hade vi mindre än 200 registrerade grupper i tre länder. 1982 hade elva länder 1200 grupper. 1993 fanns det i 60 länder över 13 000 grupper som höll över 19 000 möten.

2002 fanns det i 108 länder över 20 000 grupper som höll 30 000 möten. I april 2008 fanns det i 130 länder över 50 000 möten varje vecka och sedan maj 2020 finns det uppskattningsvis fler än 76 000 möten varje vecka i mer än 143 länder.

Resultat av en NA-enkätundersökning

Följande demografiska information samlades in genom enkätundersökning som mer än 28 000 NA-medlemmar. Enkäten fanns tillgänglig på NA:s Världskonvent (WCNA) i Orlando, Florida, USA 2018 och i vår internationella tidskrift *The NA Way* samt på vår hemsida:

Ålder

- 1% av de tillfrågade var under 21
- 14% var mellan 21 och 30
- 25% var mellan 31 och 40
- 20% var mellan 41 och 50
- 25% var mellan 51 och 60
- 15% var över 60

Kön

- 57% av de tillfrågade var män
- 42% av de tillfrågade var kvinnor
- 1% av de tillfrågade var övriga

I 2015-års NAWS-enkät var Medlemsundersökning könsfördelningen 41 procent kvinnor och 59 procent män.

Hur de tillfrågade fann

Anonyma Narkomaner

(Deltagare kunde kryssa för fler än ett alternativ, endast de fem högst prioriterade alternativen är listade)

- 49% introducerades genom en annan NA-medlem
- 45% introducerades genom behandling/rådgivning
- 32% introducerades genom en familjemedlem
- 14% introducerades genom NA:s serviceanspråkningar
- 13% introducerades genom NA-litteratur

Etnisk mångfald

Den etniska mångfalden hos våra medlemmar verkar representativ för respektive geografiskt område. Dock fanns 2018-års enkätundersökning tillgänglig vid WCNA i Florida (USA), i vår internationella tidskrift *The NA Way* och på vår hemsida. När vi utförde enkäten var 70% av de svarande vita, 13% var afroamerikanska, 7% var latinamerikanska, 4% blandad etnicitet, 2% var asiater och 4% annan tillhörighet. 2015 i Brasilien, var 74% av de tillfrågade vita, 11% var afroamerikanska, 6% var latinamerikanska, 4% var multi-etnisk och 2% annan tillhörighet.

NA i samhället

Kommittéer med frivilliga NA-medlemmar bildas för att samordna många tjänster i sitt närsamhälle. NA tar inte emot ekonomiska bidrag från icke-medlemmar, har inga professionella behandlare och inga kliniker eller boendeinrättningar. Nedan listar vi de tjänster som NA kan erbjuda:

Offentliga informationsmöten kan hållas av NA-medlemmar för att informera samhället om Anonyma Narkomaners existens och vad vi erbjuder.

Hälsomässor och konferenser är evenemang som hålls av professionella organisationer där NA kan ha utställningsmontrar och/eller presentera information på ett seminarium.

Presentationer ges ofta i informationssyfte för bland annat kyrkor, övervakare, rättsväsendet, domare, behandlings- och sjukvårdspersonal samt skolor.

Offentliga meddelanden som informerar om NA kan distribueras till allmänheten via media (press, radio, television, anslagstavlor etc.).

Telefonservice tillhandahåller information om lokala möten och ger allmän information om NA.

Möteslistor som anger tid och plats för våra möten är oftast lättillgängliga.

Service till sjukhus och institutioner tillhandahålls av lokala kommittéer genom att på

möten/presentationer introducera de närvarande till en del av grunderna i Anonyma Narkomaners program. De för NA:s budskap om tillfrisknande vidare till beroende som inte har full tillgång till vanliga NA-möten. Möten eller presentationer anordnas på sjukhus, fängelser, behandlingshem, avgiftningskliniker och andra institutioner.

Litteraturservice inkluderar ett flertal böcker, häften, pamfletter, talböcker och böcker med stor skrift och e-böcker. Anonyma Narkomaners litteratur publiceras på engelska och flera andra språk.

Hur man tar kontakt med Anonyma Narkomaner

Via vår telefonservice kan du komma i kontakt med tillfrisknande medlemmar. Ett telefonsamtal är en bra början om ni har fler frågor om NA. På vår hemsida www.na.org finner du adresser till våra möten i hela Sverige. Där finns också information om NA:s program och vår litteratur som också kan köpas i vår webbshop.

Om det inte finns någon NA-service i ditt närsamhälle kan du kontakta NA:s Världsservicekontor på adressen nedan. Världsservicekontoret kan tillhandhålla information om möten eller annan service såväl som en förteckning över NA:s tillfrisknandelitteratur.

NA World Services, Inc.

PO Box 9999

Van Nuys, California 91409 USA

T: (818) 773-9999 F: (818) 700-0700

Hemsida: www.na.org

NA Sverige Servicekontor

Hammarby Fabriksväg 23

120 30 Stockholm, Sverige

NA Sverige Hjälptelefon 0771-13 80 00

Hemsida: www.nasverige.org